



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات العليا / الدكتوراه

تأثير تمارينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرّة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أطروحة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات
نيل درجة الدكتوراه في فلسفة التربية البدنية وعلوم الرياضة

من قبل

ليث خليل جاسم

بإشراف

أ.د رافد مهدي قدوري

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَمَا بِكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ ﴾

صدق الله العظيم

سورة النحل (الآية : ٥٣)

إقرار المشرف

أشهد إن إعداد هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير تمارينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) والمقدمة من قبل طالب الدكتوراه (ليث خليل جاسم) قد جرت تحت إشرافي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في فلسفة التربية البدنية وعلوم الرياضة وإنها قد استوفت خطتها استيفاءً تاماً .

التوقيع

الأستاذ الدكتور

رافد مهدي قدوري

التاريخ / / ٢٠١٧

التوقيع

الأستاذ المساعد الدكتور

مجاهد حميد رشيد

معاون العميد للشؤون العلمية والطلبة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى

التاريخ / / ٢٠١٧

إقرار الخبر الإحصائي

أشهد أن هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير تمارينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) قد تمت مراجعتها من الناحية الإحصائية تحت إشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء ولأجله وقعت .

التوقيع

المقوم الإحصائي : الدكتور عبد الرحمن ناصر راشد

اللقب العلمي: استاذ دكتور

مكان العمل: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

التاريخ / / ٢٠١٧

إقرار المقوم اللغوي

أشهد إن إعداد هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير تمارينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية بإشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع

المقوم اللغوي : الدكتور لؤي صيهود

اللقب العلمي: استاذ مساعد دكتور

مكان العمل : كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة ديالى

التاريخ : / / ٢٠١٧

إقرار المقوم العلمي

أشهد إن إعداد هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير تمارينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر

في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة) قد تمت مراجعتها من الناحية العلمية تحت إشرافي بحيث أصبحت

بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء ولأجله وقعت .

التوقيع

المقوم العلمي :

اللقب العلمي:

مكان العمل:

التاريخ : / / ٢٠١٧

إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقويم نشهد أننا قد اطلعنا على الأطروحة الموسومة الموسومة بـ (تأثير تمرينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) وقد ناقشنا الطالب (ليث خليل جاسم) في محتوياتها وفيما له علاقة بها وكانت جديرة بالقبول لنيل درجة الدكتوراه في فلسفة التربية البدنية وعلوم الرياضة .

التوقيع	التوقيع	التوقيع
الاسم :	الاسم :	الاسم :
عضواً	عضواً	عضواً

التوقيع	التوقيع	التوقيع
الاسم :	الاسم :	الاسم :
رئيساً	عضواً ومشرفاً	عضواً

صدقت الرسالة من مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى بجلسته المنعقدة بتاريخ / / ٢٠١٧ .

التوقيع

أ.د. عبد الرحمن ناصر راشد

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / وكالة

جامعة ديالى

٢٠١٧ / /

الإهداء

الى الذي بالامان اشعرتني ... والى الطريق الخير ارشدني

يامن علمتني الحب والوفاء والصبر ... والدي (رحمك الله)

الى حكمتي ... وادبي ... وحلمي ... هي ينبوع الصبر والتفائل والأمل ... الى من سهرت الليالي

لراحتي والدتي (رحمها الله)

الى من اذكر اسمك بكل فخر و يرتعش قلبي لذكرك لأنني افتقدتك مبكرا اخي الشهيد (رحمك الله)

الى زوجتي الطيبة لصبرها ومساندتها لي

الى من اظهروا لي ماهو اجمل من الحياة و كانوا ملاذي وملجئي و تذوقت معهم اجمل اللحظات

(اخوتي حبا واعتزازا)

الى كل من علمني حرفا واطاء لي شموع المعرفة وساعدني في اتمام هذا العمل (اساتذتي

واصدقائي الكرام) اهدي لهم ثمرة جهدي المتواضع

ليث

شكر وثناء

الحمد لله رب العالمين وأفضل الصلاة والسلام على سيد المرسلين (محمد ﷺ) الصادق الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين .

يتقدم الباحث بفائق التقدير والاحترام إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة متمثلة بالسيد عميد الكلية (الأستاذ الدكتور عبد الرحمن ناصر راشد) وموظفيها الذين منحوني فرصة إكمال دراستي العليا .. فلهم مني كل الامتنان .

كما وأتقدم بالشكر إلى مُشرفي وأستاذي (الأستاذ الدكتور رافد مهدي قدوري) لدعمه المستمر

طيلة فترة الدراسة وفقه الله وحفظه ورعاه . ومن واجب الوفاء أن أتقدم بشكري وتقديري إلى أساتذتي الذين أغنوني بالعلم والمعرفة وهم (الأستاذ الدكتور ناظم كاظم والأستاذ الدكتور عبد الرحمن ناصر والأستاذ الدكتور ماهر عبد اللطيف والأستاذ الدكتور فخري الدين قاسم والأستاذ الدكتور نصير قاسم والأستاذ الدكتور مها محمد والأستاذ الدكتور ماجده حميد والأستاذ الدكتور اء زهير مصطفى والأستاذ الدكتور لمى ابراهيم شاكر والاستاذ المساعد الدكتور حيدر شاكر مزهر) وفقهم الله وأعلى شأنهم .

ويسر الباحث أن يتقدم بخالص الامتنان إلى السادة رئيس وأعضاء لجنة المناقشة المحترمين الذين اغنوا الاطروحة بملاحظاتهم العلمية القيمة فرفعهم الله أعلى درجات العلم والرفاه . كما أقدم تقديري ومحبتي إلى زملائي في الدراسات العليا وهم (عادل ومحمود وثائر ووسام ووليد وقحطان وسيف حارث واحمد عقيل واحمد محمود وغزوان ومحمد عبد المنعم ومحمد عبد الشهيد واوراس ومحمد سعد وسيف سعد) أسماء ستبقى خالدة في قلبي .

كما يتقدم الباحث بوافر الشكر إلى السادة المقومين (اللغوي، العلمي، الإحصائي) لجُهودهم وملاحظاتهم السديدة التي رفعت من قيمة الاطروحة وفقهم الله . ولا يفوتني أن أتقدم بفائق الشكر والامتنان إلى الاستاذ المساعد الدكتور محمد وليد) لإنجازه العمل الإحصائي للبحث، اللهم أرفع من شأنه وعلمه من علمك . كما أقدم شكري وتقديري إلى فريق العمل المساعد والى كل من قدم لي مساعده .

وأخيراً أتقدم إلى عائلتي (لصبرهم عليّ وتحملهم الكثير من أجل إتمام اطروحتي) .

وأخيراً أسجل اعتذاري لمن لم يرد ذكره سهواً وأسأل الله العلي القدير أن يحفظ الجميع وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين .

مستخلص الاطروحة باللغة العربية

عنوان الاطروحة : (تأثير تمرينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) .

الباحث

المشرف

ليث خليل جاسم

أ. د رافد مهدي قدوري

تضمنت الاطروحة خمسة ابواب وهي:

تضمن مقدمة البحث وأهميته ما شهده عالمنا المعاصر من ثورة علمية ومعلوماتية فاقت ما سبقتها من ثورات على مر القرون، وهذه الثورة تتطلب لمواجهتها وجود قاعدة علمية قوية الأساس أي أنها تحتاج إلى إنسان مبدع مبتكر، وتطرق الباحث الى تطور رياضة السباحة وانتشارها العالمي، وتعتبر من الالعاب الفردية التنافسية التي تعتمد على الاداء الفني الصحيح، وكما تطرق الباحث عن اهمية الاساليب المعرفية وبالخصوص الاسلوب المعرفي المجازف مقابل الحذر وماله من دور في عملية التعلم، وتكمن اهمية البحث في استخدام تمارين تراعي الفروق الفردية للمتعلمين من خلال استخدام الاسلوب المعرفي المجازف مقابل الحذر

اما مشكلة تمثلت في ان اغلب البحوث السابقة تناولت عدة اساليب خاصة في تعلم السباحة مثل النمذجة الحسية واخرى انماط الشخصية ومن هنا جاء تبني الباحث في استخدام تمرينات تراعي فيها الفروق الفردية (المجازف مقابل الحذر) في تعلم السباحة ، وعلى ضوء ذلك تم تحديد اهداف البحث تصنيف العينة الى مجموعتين مجازف وحذر و إعداد تمارين مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة و التعرف على تأثير التمرينات المقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

اما منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، إذ استخدام منهج البحث الملائم والمناسب لبحث المشكلة يعتمد على نوعها وطبيعتها، لذا اعتمد الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه ، أما مجتمع البحث فتمثل بطلاب كلية التربية الرياضة جامعة كرميان للموسم الدراسي 2016-2017 والبالغ عددها (٤٩) وأما عينة البحث فبلغت (٣٠) طالب قسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبه ، ثم قام الباحث بتصنيف كل مجموعة الى مجازف وحذر من خلال تطبيق المقياس المعرفي المعد من قبل بسمة نعيم ،وبعد ذلك تم تحديد القدرات الخاصة والمهارات واختباراتها عن طريق الخبراء ، وأجرى الباحث عدة تجارب استطلاعية للقدرات الخاصة والمهارات وبعدها تم أستخراج الاسس العلمية للاختبارات.

وتم عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصل إليها الباحث من خلال الجداول، ومن خلال النتائج تم التوصل الى الاستنتاجات التالية:

١. ان للتمارين المقترحة كان لها الاثر الايجابي في بعض القدرات البدنية الخاصة (قوة مميزة بالسرعة للذراعين، قوة مميزة بالسرعة للرجلين، سرعة انتقالية) .

٢. ان صفات المجازف تكون اسرع في عملية التعلم من الحذر فهم في الغالب أكثر ميلا للمخاطرة والتجريب وأكثر قدرة على مواجهة المواقف الجديدة أو الغير مألوفة .

ومن خلال الاستنتاجات السابقة يوصي الباحث بـ :

١. اعتماد التمارين المقترحة في تطوير القدرات البدنية الخاصة (قوة مميزة بالسرعة للذراعين، قوة مميزة بالسرعة للرجلين، سرعة انتقالية) .

٢. امكانية الاستفادة من المقياس من لدن الباحثين والمختصين ، اذ يمكن استخدام المقياس لعملية الانتقاء في جميع الالعاب الرياضية.

٣. اعتماد التمارين المقترحة في تعلم السباحة الحرة ومهاراتها.

المحتويات

الصفحة	الموضوع	التسلسل
١	العنوان.	
٢	الآية القرآنية.	
٣	إقرار المشرف.	
٤	إقرار الخبير الإحصائي .	
٥	إقرار المقوم اللغوي.	
٦	إقرار المقوم العلمي .	
٧	إقرار لجنة المناقشة والتقويم.	
٨	الإهداء.	
٩	الشكر والتقدير.	
١٠	مستخلص الرسالة باللغة العربية.	
١٢	قائمة المحتويات.	
١٨	الباب الأول	
١٩	التعريف بالبحث.	١
١٩	مقدمة البحث وأهمية.	١-١
٢٠	مشكله البحث.	٢-١
٢١	أهداف البحث.	٣-١
٢١	فروض البحث.	٤-١
٢٢	مجالات البحث.	٥-١
٢٢	تحديد المصطلحات	٦-١
٢٣	الباب الثاني : الدراسات النظرية والدراسات السابقة.	
٢٤	الدراسات النظرية والدراسات السابقة.	-٢
٢٤	الدراسات النظرية.	١-٢
٢٤	التمارين.	١-١-٢
٢٦	التمارين الخاصة.	٢-١-٢
٢٧	الأساليب المعرفية.	٣-١-٢
٢٧	نشأة الاساليب المعرفية .	١-٣-١-٢

٣٣	مكونات الأساليب المعرفية.	٢-٣-١-٢
٣٣	خصائص الأساليب المعرفية .	٣-٣-١-٢
٣٥	علاقة الأساليب المعرفية بالتعلم.	٤-٣-١-٢
٣٦	أنواع الاساليب المعرفية.	٥-٣-١-٢
٣٨	الأسلوب المعرفي (المجازف مقابل الحذر).	٦-٣-١-٢
٤١	السباحة.	٤-١-٢
٤٤	مراحل تعلم السباحة.	١-٤-١-٢
٤٩	وصف الأداء الحركي للسباحة الحرة.	٢-٤-١-٢
٥٠	السباحة الحرة (الزحف).	٣-٤-١-٢
٥٢	حركة الذراعين في السباحة الحرة (الزحف).	١-٣-٤-١-٢
٥٢	مرحلة السحب (Pull phase).	٢-٣-٤-١-٢
٥٣	الدخول (Entry).	٣-٣-٤-١-٢
٥٣	المسك (Catch).	٤-٣-٤-١-٢
٥٥	السحب للأسفل (down sweep) .	٥-٣-٤-١-٢
٥٦	السحب مع الماء (in sweep) .	٦-٣-٤-١-٢
٥٧	السحب للأعلى (up sweep).	٧-٣-٤-١-٢
٥٨	مرحلة التغطية (Recovery phase).	٨-٣-٤-١-٢
٦٠	الدراسات السابقة.	٢-٢
٦٠	دراسة (دراسة حمود خلف ريسان).	١-٢-٢
٦١	دراسة (حزيمة كمال عبد المجيد).	٢-٢-٢
٦٢	دراسة (بسمة نعيم محسن الكعبي).	٣-٢-٢
٦٨	الباب الثالث : منهج البحث وإجراءاته الميدانية.	
٦٩	منهج البحث وإجراءاته الميدانية.	-٣
٦٩	منهج البحث.	١-٣
٦٩	مجتمع وعينة البحث.	٢-٣
٧١	الاجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.	٣-٣
٧١	اجراءات البحث.	٤-٣
٨١	التجربة الاستطلاعية.	٥-٣

٨٢	الاسس العلمية للاختبارات	٦-٣
٨٤	الاختبارات القبليّة	٧-٣
٨٤	تكافؤ العينة	٨-٣
٨٥	المنهج التعليمي	٩-٣
٨٨	الاختبارات البعديّة	١٠-٣
٨٨	الوسائل الإحصائية.	١١-٣
٨٩	الباب الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.	
٩٠	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.	-٤
٩٠	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعة التجريبية (مجازف) .	١-٤
٩٤	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعة التجريبية (حذر) .	٢-٤
٩٨	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (مجازف) .	٣-٤
١٠١	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (مجازف)	٤-٤
١٠٤	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (مجازف) :	٥-٤
١٠٧	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (حذر) :	٦-٤
١١١	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعات التجريبية والضابطة (مجازف ، حذر) :	٧-٤
١١٦	الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات	
١١٧	الاستنتاجات والتوصيات.	-٥
١١٧	الاستنتاجات.	١-٥
١١٨	التوصيات .	٢-٥
١١٩	المصادر العربية والأجنبية.	
١٢٥	الملاحق.	
A-B -C	الملخص باللغة الانكليزية.	

الجدول

الصفحة	الموضوع	رقم الجدول
٦٩	التصميم التجريبي	١
٧٠	تفاصيل عينة البحث والنسب المئوية	٢
٧٠	تجانس افراد العينة في المتغيرات (العمر - الكتلة - الطول)	٣
٧٤	الأهمية النسبية للمتغيرات القدرات الخاصة وبحسب رأي الخبراء	٤
٧٧	يبين النسب المئوية لاتفاق الخبراء للاختبارات المرشحة من الخبراء	٥
٨٣	معامل الثبات ومعامل الموضوعية لاختبارات البدنية والمهارية	٦
٨٥	يبين تكافؤ العينة	٧
٩٠	نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعة التجريبية (مجازف)	٨
٩٤	نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعة التجريبية (حذر)	٩
٩٨	نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (مجازف)	١٠
١٠١	نتائج الاختبارات (قبلي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (مجازف)	١١
١٠٤	نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعة التجريبية والضابطة (مجازف)	١٢
١٠٧	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة (حذر)	١٣
١١١	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات (بعدي - بعدي) للمجموعات التجريبية والضابطة (مجازف ، حذر) :	١٤
١١١	قيمة LSD للقوة المميزة بالسرعة للذراعين	١٥
١٠٢	يبين قيمة LSD للتنفس المنتظم	١٦

الصفحة	الموضوع	رقم الجدول
١١٢	يبين قيمة LSD للأنسياب (الأنزلاق)	١٧
١١٣	يبين قيمة LSD للطفو مع ضربات الرجلين	١٨
١١٣	قيمة LSD لتقويم الأداء	١٩

الأشكال

الصفحة	الموضوع	رقم الشكل
٥٤	التسلسل الحركي للسباحة الحرة (الزحف) .	١
٥٥	اتجاه كلا من قوى رد الفعل للقوة الدافعة الساحبة والقوة الدافعة الرافعة ومحصلة القوى خلال مراحل السحب الثلاثة من ضربة الذراع في السباحة الحرة (الزحف) .	٢
٥٨	سرعة الجسم الأمامية لجسم السباح خلال مراحل السحب الثلاثة لضربة الذراع (السحب للأسفل، السحب مع الماء، السحب للأعلى) في السباحة الحرة (الزحف على البطن)	٣

قائمة الملاحق

الصفحة	الموضوع	رقم الملحق
١٢٦	فريق العمل المساعد	١
١٢٧	السادة الخبراء التي عرضت عليهم القدرات الخاصة واختباراتها والاختبارات الأساسية للسباحة.	٢
١٢٨	السادة الخبراء التي عرضت عليهم مقياس المجازف مقابل الحذر.	٣
١٢٩	استمارة استبيان للسادة الخبراء للمقياس المعرفي المجازفة مقابل الحذر.	٤
١٣٣	مقياس المجازفة مقابل الحذر.	٥
١٣٦	استمارة استبيان لاستطلاع آراء الأساتذة المختصين والخبراء حول تحديد أهم القدرات البدنية.	٦
١٣٨	استمارة تقييم الأداء	٧

١٣٩	استبانة استطلاع رأي الخبراء والمختصين حول تحديد أهم الاختبارات الأساسية للسباحة الحرة .	٨
١٤١	أسماء خبراء تقييم الاداء.	٩
١٤٢	التمرينات المقترحة .	١٠
١٥٦	استبانة استطلاع رأي الخبراء والمختصين حول صلاحية المنهج التعليمي المعد من الباحث في تعليم السباحة الحرة .	١١
١٥٧	الوحدات التعليمية التدريبية	١٢
١٦٣	تسهيل مهمة	١٣
١٦٤	تسهيل مهمة	١٤
١٦٥	تسهيل مهمة	١٥
١٦٦	تسهيل مهمة	١٦



١- التعرف بالبحث :

١-١ مقدمة البحث وأهميته :

يشهد عالمنا المعاصر ثورة علمية ومعلوماتية فاقت ما سبقتها من ثورات على مر القرون، وهذه الثورة تتطلب لمواجهتها وجود قاعدة علمية قوية الأساس أي أنها تحتاج إلى إنسان مبدع مبتكر، ولا يتحقق هذا من دون تعلم يواكب متطلبات العصر ذلك لأجل تأهيل طلبتنا لمواجهة هذه التغيرات السريعة التي نمر بها لكي نكونوا أيضا مساهمين في هذا التغيير السريع الذي يجتاح العالم .

تعد رياضة السباحة إحدى الألعاب الفردية التنافسية التي أخذت مكان الصدارة من حيث انتشارها في العالم كونها إحدى الفعاليات التي تمتاز بروح المنافسة بين السباحين، وتعتمد هذه الرياضة على الأداء الفني الصحيح كقاعدة مهمة تبنى عليها هذه الرياضة للتقدم في مستوى الأداء، كما أنه يعد السلم للارتقاء نحو الإجادة والامتياز، لذلك يجب توجيه الاهتمام الى مراحل تعلمه فهو يحتاج إلى بذل الكثير من الجهد والممارسة في سبيل إتقانه.

إن عملية تعلم السباحة لها دور كبير لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك لكونها من الامور المهمة لهم بالإضافة لما لها دور في المجتمع، مما جعلها دافعاً فعالاً وراء قيام العديد من الباحثين بالدراسات العلمية والبحوث المستمرة، وبما أن تعلم السباحة يحتاج إلى كفاءة بدنية ومهارية جيدة وجب على المدربين استخدام عدة طرق وليس الاعتماد فقط على الطرق المستخدمة في العملية التعليمية .

قد تعددت الدراسات التي تطرقت للأساليب المعرفية ولا سيما فيما يخص تعلم بعض القدرات الخاصة في المجال الرياضي باعتبار إن التعرف عليها وتحديدتها يساهم في توفير ظروف تعليمية أفضل للمتعلمين، إذ يعد ذلك عاملا مساعدا في تحديد الطريقة التعليمية المناسبة لهم في التعامل مع المعلومات والصعوبات التي يمكن أن تواجههم أثناء عملية التعلم فضلا عن أن معرفة هذه الأساليب تساعد على التنبؤ بنوع الأسلوب الذي سيتبعه الأفراد في أثناء تفاعلهم مع مواقف الحياة اليومية .



يمثل الأسلوب المعرفي (المجازفة مقابل الحذر) أحد الأساليب المعرفية البارزة في مجال دراسة الفروق الفردية بين الأفراد، فيمثل هذا الأسلوب "الطريقة الأكثر تفضيلاً لدى الفرد في الإدراك والتفكير وفي تناول المعلومات ومعالجتها واسترجاعها في المواقف المختلفة) والتي تميز الشخص المجازف بميله إلى المغامرة في اتخاذ القرارات وثقة عالية بالنفس في تحدي المجهول وتخطي الحواجز مع مزيد من الطموح والنشاط والتفاعل لتحقيق الأهداف ذات المردود العالي وبعكسه الأفراد الحذرين الذين لا يفضلون اتخاذ القرارات السريعة ولا يفضلون تخطي الحواجز ولا يقدمون على أي مغامرة قبل الحصول على ضمانات أكيدة ويفضلون المواقف المألوفة والتقليدية والواقعية"^(١).

تكمن أهمية البحث في استخدام تمارين وأدوات تعليمية حديثة تراعي الأساليب المعرفية التي يمتلكها المتعلمون، فضلاً عن قدرتها على إثارة اهتمامهم وتحفيزهم على العمل الإيجابي والمشاركة الفاعلة عن طريق جعلهم محورا لعملية التعليم والتعلم . إذ يساعد ذلك على تحقيق الظروف التعليمية المناسبة للتطبيق بحيث تصبح عملية التعليم شيقة وممتعة للطلاب، ومناسبة لقدراتهم واحتياجاتهم، ومرضية لميولهم ورغباتهم وتطلعاتهم المستقبلية، وهذا ما دعا الباحث إلى القيام ببحثه إسهاما منه في تطوير وإثراء العملية التعليمية.

٢-١ مشكلة البحث:

إن من الأهداف التي تسعى إليها كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة هي الإحاطة بمهارات الألعاب ومعرفة القوانين التي تحكم الأداء فيها للألعاب الرياضية كافة ولاسيما رياضة السباحة إذ يعد الأداء الفني القاعدة المهمة للتقدم في مستوى المتعلم ، لذا فان اختيار أساليب حديثة أكثر مراعاة للفروق الفردية يؤدي إلى تحقيق الأهداف التي تسعى إليها الكلية وصولاً إلى التعلم الفاعل .

(١) حزيمة كمال عبد المجيد ؛ الأسلوب المعرفي (المجازفة - الحذر) وعلاقته بالذاكرة الحسية لدى الطلبة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٨ ، ص ١٧ .



في ضوء ما تقدم ونظراً لكون الباحث عاملاً في مجال التدريس لمادة السباحة فضلاً عن خبرته الشخصية في هذا المجال اذ كان سباحاً ممارساً ، وجد الباحث ان البعض من المناهج يعتمد وصفها وفقاً لمعطيات تعلم مختلفة التي تعني بالفروق الفردية للمتعلمين ، فمنهم من اعتمد النمذجة الحسية ومنهم من اعتمد التفضيل الحسي واخر اعتمد انماط الشخصية ودورها في المساعدة في اكساب المتعلم المعلومات المعرفية والمعرفة الخاصة بالأداء بشكل افضل فضلاً عن الاداء الحركي الذي يعد مطلباً اساسياً وهدفاً لكل الباحثين في هذا المجال وغيره .

ومن هنا جاء تبني الباحث المعطيات التعلم (المجازفة مقابل الحذر) في تحقيق متغيرات البحث التابعة (القدرات البدنية الخاصة وتعلم الاداء للسباحة الحرة) .

لذا عمد الباحث في اعداد تمارين لذوي (المجازفة مقابل الحذر) للوقوف على دورها الفاعل واهميتها في تنفيذ محتوى المنهاج التعليمي المعد من قبل الباحث وصولاً الى تحقيق مستوى تعلم مهاري افضل لطلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة في السباحة الحرة .

٣-١ أهداف البحث :

١. تصنيف العينة الى مجموعتين مجازف وحذر .
٢. إعداد تمارين مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
٣. التعرف على تأثير التمرينات المقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٤-١ فروض البحث :

١. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (المجازفة) في بعض القدرات الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
٢. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الحذر) في بعض القدرات الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.



٣. هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعات التجريبية والضابطة (مجازفة، حذر) في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية - جامعة كرميان للعام الدراسي (٢٠١٦ - ٢٠١٧) .

١-٥-٢ المجال الزمني: للمدة من ١ / ٣ / ٢٠١٦ ولغاية ١٥ / ٦ / ٢٠١٧ .

١-٥-٣ المجال المكاني : مسبح كلار الأولمبي .

١-٦ تحديد المصطلحات

اسلوب المجازفة مقابل الحذر: عرفه كوجان (Kogan . ١٩٦٩) هو "الأسلوب الذي يبين مدى الفروق بين الأفراد في تعاملهم مع المواقف المختلفة، فالمجازفون أكثر اعتمادا على التخمين في مواقف اتخاذ القرارات والدخول في المجالات ذات المردود العالي لتحقيق أهدافهم، أما الحذرون يميلون للحصول على ضمانات أكيدة قبل الدخول في أي مجازفة أو مشروع جديد" (١) .

القدرات البدنية الخاصة: هي زيادة ما يتمتع به الفرد من القدرات الخاصة لفترة طويلة لمقاومة التعب أثناء مزاوله النشاط الرياضي(٢) .

(١) نادية محمود شريف. الأساليب المعرفية الإدراكية وعلاقتها بمفهوم التمايز النفسي. مجلة عالم الفكر، ٢٤ ، م١٣، كلية التربية، جامعة الكويت : ١٩٨٢ ، ص١١٨ .

(٢) بسطويسي احمد . أسس ونظريات التدريب الرياضي. دار الفكر العربي ، القاهرة : ١٩٩٩ ، ص١١٠